

## **L'homme postmoderne y la salud, por el Doctor Rafael Torres Collado**

**El Doctor Rafael Torres Collado explica que la forma de hacer la ciencia está cambiando. Pasando de una ciencia del análisis pormenorizado a una ciencia de la totalidad, fruto del avance de diferentes ciencias, como la física cuántica, la teoría del caos y la de la complejidad, sin olvidar que la medicina avanza por paradigmas no por dogmas**

El padre del holismo fue el filósofo Jan Smuts, que murió a mediados del siglo pasado, y defendió que “el todo es más que la suma de las partes”. Albert Einstein conoció bien las teorías del holismo, llegando a decir “dos construcciones mentales dirigirán el pensamiento humano en el siguiente milenio, su propia construcción de la relatividad y el holismo de Smuts”.

Se ha de tener presente los principales errores, que se están cometiendo, desde que los antepasados vivían en equilibrio con su entorno, a la situación actual, en la que el hombre moderno es inteligente y poderoso para modificar la naturaleza, pero no lo suficiente para cambiarla de forma positiva. Reflexión con la cual coincide el Doctor Rafael Torres Collado

El hombre moderno está cometiendo equivocaciones importantes, que se están originando desequilibrios difíciles de corregir, y que se incrementan de una forma exponencial: el aumento constante de la población mundial, que ha pasado de 1000 millones en el año 1825 a, posiblemente, 8000 millones en 2025, solo en 200 años; la contaminación de los suelos, del agua, y del aire; la exagerada explotación de los mares; los efectos de las radiaciones electromagnéticas; la extinción de numerosas especies, la desertización, la destrucción de la capa de ozono y el efecto invernadero. Todas alertas que considera importante destacar el Doctor Rafael Torres Collado.

Hoy se dispone, en las sociedades desarrolladas, de medios eficaces para evitar la enfermedad, el sufrimiento y retrasar la muerte. Cuestiones que se han de tener en cuenta según el Doctor Rafael Torres Collado. Se puede vivir más de 80 años, con buena calidad de vida en comparación con los habitantes de hace dos siglos, que no superaban los cincuenta años.

Fundamentalmente se debe a la falta de condiciones higiénicas que originaban más infecciones, junto con la desnutrición. El Doctor Rafael Torres Collado explica que la situación ha cambiado. La sociedad del bienestar, con un incremento -parece imparable- de enfermedades metabólicas y cardiovasculares, que cada día aumenta más, hay más de mil millones de personas en el mundo, con sobrepeso y obesidad, más que personas hambrientas.

En enfermedades como la artrosis, la más frecuente del aparato locomotor, en declaraciones de la Dra. Isabel Sañudo, Jefe de Medicina Física y Rehabilitación del Hospital Clínic de Barcelona, el 13/7/2012 a Diario Médico, comentaba que el ejercicio y el equilibrio nutricional es la mejor prevención para la artrosis, que la vitamina C estimula la producción de colágeno, la vitamina D participa en la síntesis de

proteoglicanos, la vitamina E mejora la protección de la matriz del cartílago por el aumento del crecimiento de los condrocitos, el selenio, el zinc, el cobre y el manganeso, así como el omega 3, parece que están implicados en la elaboración de colágeno y en la reducción de la inflamación del cartílago. Sin olvidar que un 2% de aumento en el índice de masa corporal, la relación del peso con la altura, puede aumentar el riesgo de artrosis de rodilla en un 36%.

Recientemente se ha descubierto la importancia de lo que se ha denominado “la basura del ADN humano”. Descubrimiento que al menos debe ser mencionado, según el Doctor Rafael Torres Collado. Lo que se conocía del ADN, eran los genes, solo un 2% del genoma. Se pensaba que el resto no tenía valor, pero según datos del proyecto Encode de EEUU, en el que también han participado laboratorios de España, Singapur, Japón y Suiza, se ha descubierto que la parte del genoma que no produce proteínas, en un 80% son zonas reguladoras que controlan a los genes, activándolos o no, y les dicen dónde, cuándo y cuántas proteínas tienen que producir, es decir, son como unos interruptores que pueden desencadenar mutaciones que serán la causa de determinadas enfermedades.

Seguramente estos conceptos necesitan tiempo para poderse aplicar en medicina, pero acabaran cambiando paradigmas que tienen más de un siglo, en opinión del Doctor Rafael Torres Collado.

**Datos de contacto:**

Francisco Perez  
679675435

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Medicina](#) [Historia](#) [Madrid](#) [Investigación Científica](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>